

AYUDA A PREVENIR LA PROPAGACIÓN DEL NUEVO CORONAVIRUS (COVID-19)

COVID-19 es una enfermedad respiratoria causada por un nuevo coronavirus.

Síntomas incluyen tos, fiebre, y falta de aire.

Para ayudar a prevenir la propagación del virus y protegerte, sigue las siguientes recomendaciones:



Lávate las manos o usa desinfectante.



Evita compartir artículos caseros.



Si estás enfermo, quédate en casa y mantente alejado de otras personas.



Evita el contacto cercano con personas enfermas.



Evita tocarte los ojos, la nariz o boca sino te has lavado las manos.



Cúbrete la boca al toser o estornudar con un pañuelo, tíralo a la basura y lávate las manos.



Come alimentos saludables y toma bastantes líquidos.



Limpia y desinfecta superficies caseras a menudo.

Si tienes preguntas, llama a tu proveedor de salud o al 2-1-1

Para actualizaciones, visita:
www.coronavirus-sd.com



COUNTY OF SAN DIEGO
HHSA
HEALTH AND HUMAN SERVICES AGENCY



Lo Que Debes Saber Sobre el Coronavirus

El nuevo coronavirus, o COVID-19, es una nueva enfermedad global.

El virus genera síntomas similares a la gripe:

- Fiebre
- Tos (normalmente seca)
- Falta de aire

En este momento, no hay vacuna. Las medidas de prevención son importantes.

- Lávate las manos frecuentemente
- Usa desinfectante si no hay agua y jabón
- No compartas utensilios que no se han lavado
- Evita el saludo de mano

Si tienes síntomas, contacta a tu proveedor de salud inmediatamente, dile a tu trabajadora social o llama al 2-1-1 para encontrar un proveedor médico.

CÓMO USAR UN DESINFECTANTE



APLICA EL PRODUCTO EN LA PALMA DE TU MANO



FRÓTATE LAS MANOS



CUBRE TODAS LAS SUPERFICIES HASTA QUE LAS MANOS SE SEQUEN (20 SEGUNDOS)

Para actualizaciones, visita:

www.coronavirus-sd.com

